

Årummet – ett grönt stråk för hälsa och trygghet?



Årummet - ett grönt stråk för hälsa och trygghet?

Titel på engelska: Årummet, a place for health and safety?

Susan de Freitas

Handledare: Märit Jansson, SLU, Institutionen för landskapsarkitektur, planering och förvaltning

Examinator: Patrik Grahn, SLU, Institutionen för Arbetsvetenskap, ekonomi och miljöpsykologi

Omfattning: 15 hp

Nivå och fördjupning: A1E

Kurstitel: Landskapsarkitekturens miljöpsykologi - självständigt arbete

Kurskod: EX0616

Ämne: Landskapsarkitektur

Program/utbildning: Natur, hälsa och trädgård – magisterprogram

Utgivningsort: Alnarp

Utgivningsår: 2015

Omslagsbild: Susan de Freitas

Elektronisk publicering: <http://stud.epsilon.slu.se>

Nyckelord: Hälsa, trygghet, hälsofrämjande

SLU, Sveriges lantbruksuniversitet

Fakulteten för landskapsarkitektur, trädgårds- och växtproduktionsvetenskap

Institutionen för arbetsvetenskap, ekonomi och miljöpsykologi

Förord

Under utbildningen har jag funderat en del på hur man kan göra miljöer som både upplevs trygga och hälsofrämjande. För stort fokus på att främja trygghetsupplevelsen kan leda till att gröna miljöer utarmas på hälsofrämjande kvaliteter. Själv har jag varit delaktig i att förstöra barns kojplatser, ta bort naturliga vindskydd och förstöra rekreativa värden, då jag i mitt arbete som samordnare för det brottsförebyggande arbetet i min kommun bidragit till att stadsnära naturområden röjts och städats upp för att öka tryggheten. I det här arbetet har jag fått fördjupade kunskaper om hur man både kan göra ett område tryggt och ha kvar de hälsofrämjande kvaliteter som finns eller som kan tas fram, i en grön miljö.

Jag har gjort det genom en fallstudie i ett område i Ljungby kommun, "Årummet" ett område som jag i mitt yrke som brottsförebyggare arbetat med för att göra tryggare.

Tack Jasmin de Freitas & Annika Guntsch för korrekturläsning. Tack Greg som tidvis tagit hand om allt annat på hemmaplan. Tack alla intervjupersoner som bidragit med sina upplevelser, kunskaper och tid.

Slutligen ett stort tack till min fantastiska handledare Märith Jansson, som med tålamod, engagemang och ett stort antal värdefulla synpunkter, lotsat mig igenom arbetet, utan ditt stöd och hjälp, hade det inte blivit någon uppsats.

Sammanfattning

Syftet med det här arbetet var att undersöka möjligheter och problem i gröna stråk utifrån aspekten att de ska vara hälsofrämjande och upplevas trygga. Undersökningen är gjord som en fallstudie av området Årummet i Ljungby. För fallstudien användes metoderna, observation, intervju och trygghetspromenad. De olika metoderna gav delvis olika resultat. Intervjuerna och observationer visade i huvudsak att området hade hälsofrämjande dimensioner att det användes för hälsofrämjande aktiviteter. Resultatet från trygghetspromenaden visade vilka platser som var mest otrygga och vilka faktorer i området som påverkade tryggheten för informanterna. Det område som upplevdes som mest otryggt var området som tolkades som dimensionen *Natur*. Den dimensionen är i litteraturen beskriven som en av de mest restaurativa värdena, samtidigt som den i denna undersökning upplevdes som mest otrygg. Det som informanterna upplevde som otryggt på platsen förklarades huvudsakligen av informanterna i att det var ödsligt och att det var begränsad överblick så att man inte kunde se vem man mötte. Det område som var tryggast, var ett område som tolkades som dimensionen *Rymd*. Informanterna upplevde att det området gick att överblicka, att omgivande hus och boenden skapade trygghet och att det var mycket folk i rörelse, detta resulterade i att platsen uppfattades trygg för informanterna.

Abstract

The purpose of this work was to investigate the possibilities and problems of green areas from the aspect that they should promote health and be perceived as safe. The survey was conducted as a case study of the area *Årummet* in Ljungby. For the case study methods of observation, interviews and security walks/ surveys were used. The different methods gave slightly different results. The interviews and observations showed mainly that the area has large well-being dimensions and was used for health promotional activities. Results from the safety walks showed which sites were most insecure and factors in the area that affected the security of the informants. The area that was perceived as the most insecure was interpreted as the *Nature* dimension. This dimension is described in the literature as one of the most restorative, while in this study was experienced as the most precarious. The informants felt that the insecurity of the site was mainly due to the sites desolation and the fact that it presented a limited view, one could not determine encounters in advance. The area that was deemed most secure, was an area that was interpreted as the dimension *Space*. The area is relatively transparent, the surrounding buildings and many people on the move, made the area safe for the informants.

Innehållsförteckning	sida
1. Inledning	1
1.1 Bakgrund	1
1.2 Syfte	3
	3
2. Teoretiska utgångspunkter	5
2.1 Hälsa och grön miljö	5
2.2 Trygghet, närmiljö och hälsa	7
2.3 Trygg utemiljö som jämställdhetsfråga	8
2.4 Vad påverkar den upplevda tryggheten i utemiljön	8
2.5 Grönområdets utformning för att främja trygghet	10
3. Metod	13
3.1 Fallstudie	13
3.2 Området Å-rummet	14
3.3 Observation	15
3.4 Kartering	16
3.5 Kortintervjuer	17
3.6 Trygghetspromenad	17
3.7 Intervjuer med nyckelpersoner	19
3.8 Analys	19
4. Resultat	20
4.1 Årummets hälsofrämjande aspekter	20
4.2 Hälsofrämjande aktiviteter	24
4.3 Trygghet	26
4.4 Trygghet utifrån dimensionerna	30
4.5 Problem med hälsofrämjande miljö och upplevd trygghet	30
5. Diskussion	32
5.1 Metoddiskussion	32
5.2 Resultatdiskussion	33
5.3 Frågeställningar i ämnet	35
6. Slutsats	37
Referens och källförteckning	38

1. Inledning

1.1 Bakgrund

1.1.1 Hälsofrämjande natur

Att uppleva naturen är nyttigt och bra för hälsan, det är något de flesta tycker är självklart. Naturen och grönområden är en källa för återhämtning och rekreation för många människor. Det har gjorts ett stort antal studier som visar att vi föredrar naturlig miljö före byggda miljöer (Hägerhäll 2005). Forskningen visar att det finns hälsovinster av att vistas i naturen. Det är något med naturen eller naturelementen som får oss att må bra. Exempel på detta från forskning är där man har sett att patienter som har haft naturelement utanför sitt sjukhusfönster har tillfrisknat snabbare än de som inte haft det (Ulrich 1984). Folkhälsoinstitutet betonar vikten av tillgång till attraktiva grönområden för befolkningen utifrån att det ger förutsättningar för god hälsa, både den fysiska och psykiska. Man påpekar att det finns särskilda hälsofrämjande vinster för barn och äldre, med attraktiva grönområden (Johansson, Kollberg & Bergström 2009).

1.1.2 Stadsnära natur

Den stadsnära naturen är särskilt viktig för att minska stressrelaterade sjukdomar. Avståndet till grönområdet och hur ofta man vistas i grönområdet påverkar hälsan (Grahm & Stigsdotter 2003). Det är inte bara de som bor runt gröna områden i stadsmiljö som kan ha nytta av den återhämtande verkan dessa områden kan ge, utan även de som passerar sådana områden på väg till arbete och fritidsaktiviteter.

1.1.3 Trygg i grönområdet

För att människor ska välja att vistas och röra sig i grönområden är det viktigt att de upplever dessa som trygga. Flera faktorer har betydelse för en människas upplevda trygghet. Individens egna egenskaper och historia och hens sociala och kulturella sammanhang spelar naturligtvis stor roll. Det finns även en ömsesidig påverkan mellan miljö och upplevelsen av trygghet. Utformningen av utemiljön kan påverka vår rädsla men vår rädsla påverkar också hur vi förstår och uppfattar ytor och platser (Koskela & Pain 2000).

1.1.4 Utforma trygg miljö

Trots komplexiteten i frågan så kan vi påverka platsers fysiska utformning och öka tryggheten på dessa platser. I det brottsförebyggande arbetet finns riktlinjer för hur man skapar tryggare och säkrare miljöer. Det kan exempelvis handla om att bygga barriärer av olika slag, eller på andra sätt markera territorium, för att möjliggöra övervakning av platsen. Denna övervakning kan antingen vara formell (alltså genom polis eller vakter) eller informell (att människor som vistas på platsen kan hjälpa åt att hålla uppsikt) (Newman 1995). Det kan också handla om åtgärder för fria siktvägar, bra belysning, alternativa flyktvägar, att områden vårdas eller att utemiljöns rum befolkas för att öka tryggheten.

1.1.5 Trygghet och brott

Rädsla för brott har inte alltid med själva risken för brott att göra. Risken att utsättas för brott i ett grönområde är ofta väldigt liten, men rädslan för att utsättas för brott kan vara desto större. En faktor som påverkar vår rädsla för brott är känslan av att vi inte har kontroll över situationen på till exempel offentliga platser och i mörker (Heber, Tham & Nilsson 2007).

1.1.6 Olika grupper och upplevelse av trygghet

När man undersöker trygghet skiljer det sig hur man upplever trygghet mellan olika grupper. Ålder, etnicitet och kön är några faktorer som påverkar trygghet/rädsla. När det gäller män och kvinnor tas trygghet i utemiljön upp som en fråga om jämställdhet eftersom rädslan påverkar kvinnors beteende mer än mäns. Rädslan begränsar kvinnors rörlighet i det offentliga rummet. När det gäller kvinnors rädsla i utemiljö är det ofta överfall som är det kvinnor är rädda för (Brottsförebyggande rådet 2015). Boverket har tagit frågan på allvar och kopplar ihop trygghet, jämställdhet och demokrati och kommer fram till att vi kan påverka jämställdheten och demokratin genom att utforma miljöer som upplevs tryggare och därmed är mer tillgängliga för fler (Boverket 2010).

1.1.7 Hälsa och trygghet

Hälsa och trygghet går hand i hand. Att vara rädd för brott är något som också påverkar vår hälsa; rädslan att utsättas för brott kan leda till lägre livskvalitet och sämre mental och fysisk hälsa (Stafford, Chandola & Marmot 2007). För att främja motion och hälsa är det viktigt att områden är promenadvänliga, säkra och trygga. I områden där invånarna har mindre tillgång till bra

promenadvägar och det finns mer kriminalitet har invånarna sämre självrapporterad hälsa och fler viktrelaterade problem (Doyle, Kelly-Schwartz, Schlossberg & Stockard 2006).

1.1.8 Problem att kombinera hälsofrämjande och trygg miljö

Teorierna om trygghet bygger ofta på riktlinjer om hur miljön ska utformas och på människors behov att ha kontroll över den miljö man vistas i. När det är själva naturkvaliteterna som rankas högt i litteraturen om hälsofrämjande miljö så är det inte människans behov av kontroll (även om det också har betydelse) som kommer i första hand utan andra faktorer, som till exempel att vi ska bli fascinerade, nyfikna, komma in i en annan värld eller att artrikedomen ska vara stor (Kaplan, Kaplan & Ryan, 1998; Grahn & Stigsdotter, 2003).

1.1.9 Årummet i Ljungby som fallstudie

Det valda området för undersökningen ligger i Ljungby kommun, en kommun med 28 000 invånare. Området "Årummet" som undersöks är utvalt för att det ligger centralt och det används för rekreation. Det är dessutom ett område där kommunen arbetat med att göra området tryggare genom att vegetationsstyrning och belysning. Det är också ett område som jag själv som samordnare för det brottsförebyggande arbetet i Ljungby prioriterat när det gäller trygghetsarbete, genom bland annat belysningsprojekt, och trygghetsvandringar då det påtalats att området upplevts otryggt. Konflikten med att behålla naturlika egenskaper i området och samtidigt få området att upplevas så tryggt som möjligt har varit påtagligt och förhoppningsvis ger denna studie mig och andra nya infallsvinklar och möjligheter att utforma ett grönområde som både är tryggt och hälsofrämjande.

1.2 Syfte

Syftet med det här arbetet är att undersöka möjligheter och problem i gröna stråk utifrån aspekten att de ska vara hälsofrämjande och samtidigt upplevas som trygga.

Målet är att applicera kunskapen på ett utvalt grönt stråk i Ljungby stad.

Syfte och mål uppnås genom att undersöka det utvalda stråket utifrån följande frågeställningar:

1. Vilka hälsofrämjande kvaliteter finns i miljön?
2. Vilken funktion har området som undersöks för de som vistas i det?
3. Vad upplevs som tryggt respektive otryggt i det gröna stråket som undersöks?
4. Hur väl kombineras hälsofrämjande grön miljö och trygghet i området?

2. Teoretiska utgångspunkter

Teoridelen tar upp teorier om gröna miljöers påverkan på människors hälsa, teorier om trygghet och hälsa och trygghet och grön miljö. Här redovisas också teorier om hur områden kan utformas för att öka tryggheten. Det finns också ett avsnitt om kvinnors trygghet i då kvinnor och mäns upplevelse av trygghet skiljer sig åt i hög grad.

2.1 Hälsa och grön miljö

Det finns en koppling mellan hälsa och grön naturliknande miljö. De samband som har förts fram vid studier om hälsofrämjande miljöer är bland annat att den gröna miljön reducerar stress, främjar fysisk aktivitet och olika gruppers olika behov av en god restorativ grön miljö. Grön miljö kan användas med framgång i terapi. I en forskningsöversikt om effekter av naturbaserad terapi visas att "a rather small but reliable base supports the effectiveness and appropriateness of NAT (nature-assisted-therapy) as a relevant resource for public health." (Annerstedt & Währborg 2011, s. 371).

Närhet till grönområden är viktigt för att främja mental hälsa. En stor svensk studie kring stress och stressrelaterade sjukdomar visade att ju oftare och längre en person besöker gröna miljöer desto mindre är risken att drabbas av stressrelaterade sjukdomar (Grahn & Stigsdotter 2003). Studien visade också att avståndet till urbana gröna områden hade betydelse för hälsan. Utifrån resultaten pekade författarna på vikten av att ha fler gröna miljöer i närheten av flerbostadsområden då närhet till ett grönområde hade positiva hälsoeffekter (Grahn & Stigsdotter 2003).

Problem med trygghet i grönområden kan dock skapa negativa samband mellan hälsa och tillgång till grön urban miljö. I en australisk undersökning om andelen parkmark per person i förhållande till psykisk hälsa såg man att den psykiska hälsan var sämre i områden där man hade tillgång till mycket parkmark. Sambandet fanns i de områden som var nedgångna och fattiga och där invånarna inte upplevde sig trygga. I områden där invånarna upplevde sig trygga och säkra var det ingen skillnad i hur mycket parkmark man hade tillgång till och den psykiska hälsan. I undersökningen hittade forskarna inte heller något samband mellan hur stor andel park eller grönytor invånarna exponerades för och förbättrad psykisk hälsa (Chong, Lobb, Khan, Abu-Rayya, Byun & Jalaludin 2013).

Besök i naturlika områden i grannskapet ger lindring åt negativa känslor som är sammankopplade med sämre hälsa. Människor väljer att besöka naturliga miljöer i sin omgivning för att må bättre när de har dålig hälsa och det har en positiv effekt på den upplevda hälsan. Det visar en finsk

undersökning om hälsa och favoritplatser (Korpela & Ylén 2007). Hälften av deltagarna i undersökningen beskrev en naturlig miljö som favoritplats. Fler av de som hade större problem med hälsan rapporterade att de upplevde mer positiva effekter när de vistades på favoritplatsen än de som inte hade så stora hälsoproblem. Undersökningen visade också att de som kopplade av på denna plats i högre grad hade positiva förändringar än de som gjorde någon aktivitet. Det framkom också att de som besökte sin favoritplats ensamma upplevde större förbättringar i sin upplevda hälsa än de som besökte platsen tillsammans med andra människor (Korpela & Ylén 2007).

Att göra en aktivitet i naturen eller motionera i naturen eller annan grön miljö ger både korta och långsiktiga hälsovinster. Man har kunnat mäta förbättrad självkänsla och ”bättre humör” som i undersökningen var en indikator på bättre psykisk hälsa) efter både korta och långa aktiviteter i grön miljö. Det har enligt Barton & Pretty (2010) inte så stor betydelse vilken slags grön miljö man gör aktiviteten i förutom att man kunde se att aktiviteter i närheten eller i vatten ger ännu större hälsovinster.

2.1.2 Hälsofrämjande grön miljö

Vad gör en grön miljö hälsofrämjande och vad i naturen gör att vi kan använda naturen som återhämtning? Miljöpsykologerna Stephen och Rachel Kaplan är tongivande inom forskning om restaurativa miljöer och ramen för deras förklaringsmodell är att vi ser miljön som en informationskälla. Det är hur ett område/ en plats är organiserad i kombination av hur vi förstår och vill utforska en plats som avgör hur vi upplever platsen och det avgör våra *preferenser* till platsen. Platsen ska vara *sammanhållen* och organiserad i distinkta områden, och den ska vara *komplex* med en rikedom av element så att det finns mycket att se och upptäcka. Den ska vara *läsbar* så att man ska lätt kunna orientera sig i landskapet. Det ska också finnas *mystik* i på platsen, vilket innebär ett löfte om att här finns det mer att upptäcka. Det kan uppnås till exempel genom att vegetation delvis döljer något eller slingrande stigar som lockar besökaren att gå vidare (Kaplan et al 1998).

Författarna Kaplan et al (1998) menar att det finns vissa karaktärer i den grönområden som är viktiga för att området ska vara *restorativt*. Det innebär att området har kvaliteter som gör att det lämpar sig för mental återhämtning, utifrån teorin att vår vanliga miljö översvämmar oss med information som kan göra oss mentalt utmattade. Karaktärerna som beskrivs är inte enskilda enheter, utan alla behövs för att miljön ska vara restorativ. Karaktärerna är *Being away*, som syftar

till att man mentalt kommer långt bort från vardagen. *Extent*, innebär att miljön ger en känsla av att vara ”i en annan värld”. *Fascination* som innebär att element i miljön sätter igång tankarna så att man vill upptäcka och veta mer om det som finns i omgivningen, samt *Compatibility* som innebär att landskapet måste vara behagligt för besökaren på så sätt att det går att läsa och förstå (Kaplan et al 1998).

Med bland annat ovanstående teorier som bakgrund har Ulrika K Stigsdotter och Patrik Grahn undersökt samband mellan utomhusmiljöer, rekreation och rehabilitering. Man har kommit fram till att människor uppfattar grönområden i form av olika dimensioner. Vissa dimensioner har större betydelse än andra när människor som behöver återhämtning vistas i utomhusmiljöer.

De dimensioner som beskrivs är *Natur*, *Kultur*, *Öppning*, *Social*, *Rymd*, *Artrikedom*, *Skydd* och *Rofylld*. Generellt, såg forskarna att *Rofylld*, *Rymd* och *Natur* tycktes vara de mest föredragna karaktärerna, men för stressade personer var kombinationen *Natur*, *Skydd* och *Artrikedom* de mest restaurativa. Dessutom skulle karaktären *Social* undvikas om den stressade personen skulle få bäst effekt av sin vistelse i grönområdet (Grahn & Stigsdotter 2010).

2.2 Trygghet, närmiljö och hälsa

En mängd olika faktorer har betydelse för trygghetsupplevelsen i gröna miljöer nära bostäder. Individuella skillnader gör att det kan vara viktigt att skapa variation i den gröna utemiljön för att öka valmöjligheterna. Både sociala och individuella faktorer påverkar trygghetsupplevelsen. Men man kan också arbeta med utveckling av den fysiska miljön för att motverka otrygghet utomhus och de negativa konsekvenser som uppstår av otrygghet (Jansson, Kristensen, Gunnarsson, Fors, Lindgren, Norlin & Wiström 2012).

Otrygghet och rädsla för brott påverkar människors hälsa, något som påvisas i flera studier. En stor longitudinell studie i Londonområdet visade att rädsla för brott har samband med både sämre mental hälsa, reducerade fysiska funktioner (här lungfunktion och gånghastighet) och gav lägre livskvalitet. Ett samband man såg var att rädslan för brott begränsade sociala och fysiska aktiviteter (Staffore et al 2007).

Rädsla för brott kan vara en viktig faktor när det gäller att förklara skillnader i hälsa när olika geografiska områden jämförs i forskning. Rädsla (när man gick i närområdet efter att det hade

blivit mörkt) kan påverka den självrapporterade hälsan negativt. Sambanden kan också vara de motsatta om man redan har hälsoproblem, exempelvis att man har svårt att röra sig, har dålig syn eller hörsel, så de problemen orsaka man känner sig mer otrygg när man går ute i mörker (Chandola 2001).

2.3 Trygg utevistelse som jämställdhetsfråga

När trygghet undersöks är sambanden komplexa och det går att se en stor skillnad mellan olika grupper när mätningar görs. Det gäller bland annat ålder, utbildningsnivå och psykosociala faktorer. (BRÅ 2015). I detta arbete kommer fokus sättas på kvinnors rädsla/otrygghet.

Kvinnor känner större otrygghet än män i utemiljön. Majoriteten av de män och kvinnor som besvarat frågor i den svenska Nationella trygghetsundersökningen, NTU, uppger att de känner sig ganska eller mycket trygga. Kvinnor uppger dock betydligt oftare än män att de känner sig otrygga. Av kvinnorna uppger 24 procent att de känner sig ganska eller mycket otrygga och/eller att de på grund av otrygghet låter bli att gå ut, vilket ska jämföras med 6 procent av männen. (BRÅ 2015). En undersökning om trygghet i Göteborg visade att skillnaden mellan könen var störst vid hälsofrämjande aktiviteter ute, som promenader eller jogging i naturen, där 32 procent av kvinnorna har känt sig rädda mot 10 procent av männen (Sandstig 2010). Skillnaden mellan mäns och kvinnors upplevda trygghet kan dock vara ännu större än vad dessa undersökningar visar eftersom *”kvinnor förhåller sig till en risk eller kalkylerar med en risk att drabbas av mäns våld eller hot om våld.”* (Andersson 2005 s 70).

Ser man på Ljungby kommun, där denna studie är gjord, så var det 21 procent av kvinnorna som var otrygga ensamma ute sen kväll och för männen var den siffran 10 procent. Den åldersgrupp som var mest otrygg var 16-19 åringar, med 35 procent, jämfört med de som var 65 år och äldre där 18 procent uppgav att de var otrygga sen kväll. 20 procent av kvinnorna och 11 procent av männen kände oro för att bli överfallna/ misshandlade i sitt närområde (Polisens medborgarundersökning, 2014 opublicerat).

2.4 Vad påverkar den upplevda tryggheten i utemiljön

För att illustrera de olika ingångarna vi kan ha till vad som påverkar vår upplevelse av miljön delar Listerborn (2000) upp det som påverkar vår upplevelse av trygghet i tre områden:

”Fysiska rum – stadens och bebyggelsens struktur och gestaltning.

Mentala rum – den förståelse och erfarenhet vi bär med oss som individer när vi rör oss i staden.
Sociala rum – människor och grupper relationer och samspel.” (Listerborn 2000 s, 8)

2.4.1 Möjlighet att övervaka sitt territorium

Arkitekten Oskar Newman, har med begreppet Defensible Space från 1974 varit tongivande inom det område som kallas Crime Prevention Through Enviromental design (CPTED). Hans grundidé är att man ska utforma områden så att de som bor och verkar där känner ökat ansvar över området utifrån känslan av att deras område är deras territorium. Territoriet markeras med olika slags barriärer. Genom att se till att det också finns goda möjligheter till överblick inom detta område kan de boende enklare övervaka sitt område/territorium (Newman 1995).

2.4.2 Mänsklig närvaro och aktivitet

En attraktiv miljö som samlar människor och mänskliga aktiviteter blir också en tryggare miljö. Det menade Jane Jacobs som var en amerikansk-kanadensisk författare och arkitektur- och stadsplaneringskritiker. Hon skrev 1961 om stadens ekologi och om trygghet i staden. Grundvalen för en fungerande stadsdel är, enligt Jacobs, att man känner sig trygg och säker bland alla främlingar. Ute på gatan måste det finnas tydliga gränser mellan privata och offentliga rum och det offentliga rummet ska vara överblickbart och bevakas av de som vistas där. ”Trygghet på stan fungerar bäst, smidigast och med minst inslag av fientlighet eller misstänksamhet just där folk använder och utnyttjar gatorna frivilligt och där de normalt sett är minst medvetna om att de övervakar dem” (Jacobs 1961, s 58). Jacobs menade att parkerna behöver besökare, ”för det är människorna som välsignar parkerna med sin närvaro och gör dem framgångsrika – eller håller sig borta och dömer parkerna till impopularitet och misslyckande.” (Jacobs 1961, s 113) ”Precis som alla mindre stadsparker är den en skapelse av sin omgivning *och av hur omgivningarna genererar en mångfald av verksamheter som ger varandra ömsesidigt stöd, eller hur de misslyckas med att ge varandra detta stöd.*” (Jacobs, 1961, s 123) Att andra människor är närvarande är av betydelse, men förutsättningen för att det ska skapa trygghet är att de i sin tur utövar någon slags social kontroll (Sandstig 2010).

För att parken ska fungera krävs besökare, att parken används på olika tider av dygnet och att den har en mångfald av användningsområden. Den bör kunna användas som en lugn plats, en mötesplats, en plats att komma närmare naturen på och en plats som ger möjlighet att se på andra människor, läsa eller leka. Platsen ska tilltala sinnena: ”Den sinnrikhet som betyder något är framför

allt den som uppfattas i ögonhöjd: nivåskillnader i markplanet, grupperingar av träd, gläntor som ger olika perspektiv, kort sagt, subtila skillnader.” (Jacobs 1961, s 129)

2.4.3 Nolltolerans mot skräp och skadegörelse

För att förebygga större problem i ett område är det viktigt att arbeta med nolltolerans och snabbt åtgärda skadegörelse och nedskräpning, enligt Broken windows-teorin. Den är en teori som omfattar nolltolerans, hög social kontroll och polis närvaro utformad utifrån problem i kriminella områden i USA. Teorin har fått stor genomslagskraft när det gäller trygghetsarbete. Den handlar om hur ett område uppfattas av besökare och av de som bor där. Teorin har fått sitt namn från idén om att man i ett område inte snabbt byter ut en sönderslagen ruta i en byggnad, så är snart också resten av fönsterrutorna sönderslagna. Så fungerar det såväl i välordnade områden, som i nedgångna områden. En sönderslagen fönsterruta ger en signal om att det i det aktuella området inte är någon som bryr sig, så det spelar ingen roll om man tar sönder fler rutor. Teorin omfattar allt från skadegörelse till nedskräpning (Wilson 1985).

2.5 Grönområdets utformning för att främja trygghet

Ett grönområdes utformning kan avgöra om området känns tryggt eller otryggt. Undermedvetet gör man snabbt en bedömning om huruvida ett område känns tryggt eller otryggt när man antrar det. Denna bedömning grundas i vad man ser och hur man kan röra sig genom området. Om det första intrycket är att det i området finns hinder begränsas önskan att gå vidare in i området. Teorin visar att uppbyggnaden av den fysiska miljön kan påverka trygghetsupplevelsen i ett grönt område. (Kaplan et al 1998) För att uppleva trygghet så hjälper det om vi kan förstå området. Följande faktorer, kan hjälpa oss att göra det:

Visual access (överblickbarhet): Blockerade synfält genom exempelvis murar, men också tät växtlighet. Det ska finnas en möjlighet att se vyn genom växtlighet i synhöjd. Det ska också finnas en känsla av att man kan gå igenom området utan hinder.

Enhancing familiarity (igenkänning): Att känna igen sig och kunna läsa av området skapar trygghet. Det kan handla om många små detaljer. Skyltar, parkering i närheten, broschyrer om området gör att det känns tryggare och mer välbekant.

Human sign (mänsklig närvaro): Närvaron av människor föredras oftast och är lugnande, men den kan också ses som ett hot exempelvis vid skadegörelsen, osäkerhet om vem ett område tillhör. Vi

människor föredrar miljöer där det både finns naturliga element och där den mänskliga påverkan märks (Kaplan et al 1998).

2.5.2 Preferenser för trygghet

Det finns *preferenser* som man kan använda för att förstärka tryggheten och förståelsen av miljön i ett område. Det är att det finns ett *Sammanhang* där man kan se hur området ska används. Avgränsningar, stigar och olika slags växtlighet kan skilja ett område från ett annat. Ett *Mjukt underlag* med klippta gräsytor vid gångvägarna gör det lättare att röra sig genom området och man ser lättare hur området är organiserat. För att vi ska lockas in i området och vilja upptäcka det är det viktigt att det finns någon slags *Mystik* i området, det kan vara slingrande stigar eller en häck som skymmer sikten något och som lockar oss att upptäcka vad som finns på andra sidan. *Känsla av djup* gör det lättare att förstå området och lockar oss till att undersöka det, landmärken, band av samma vegetation genom landskapet och höjdskillnader kan också skapa ett djup i landskapet. Till sist, *Öppningar* i det skogslika landskapet kan underlätta orientering och skapa trygghet (Kaplan et al 1998).

Områden som kan karaktäriseras som *Mystik* kan upplevas som otrygga för att då området kan dölja något (så att man inte har kontroll) och att man kan känna sig instängd där. Om människor ska föredra detta område och tycka det är attraktivt så ska det göras överblickbart och lätt att ta sig igenom (Hertzog 2002).

2.5.3 Vegetation

När det gäller vegetation kan det vara detaljer som avgör hur trygg en miljö uppfattas. Välskött växtlighet, mindre täthet i buskskiktet för ökad genomsikt och en genomtänkt design av vegetationen för att öka översikt och kontroll är parametrar som nämns i litteraturen, skriver författarna till litteraturöversikten ”Trygghet i bostadsområdets gröna utemiljöer”. Man konstaterar att det behövs fortsatt metodutveckling, men förslår också att man med utgångspunkt från de boendes faktiska upplevelser kan göra särskilda trygghetsröjningar för ökat ljusgenomsläpp, ökad genomsikt och öppenhet men också med mål att röjningarna ska förstärka det artificiella ljuset från gatlampor och fönster från näraliggande byggnader (Jansson et al 2012). Litteraturöversikten visar också att omsorgsfull utformning och skötsel av natur/ skogsområden både kan öka attraktiviteten och tryggheten samt öka de individuella valmöjligheterna i ett område (Jansson, Fors, Lindgren & Wiström 2013).

Det finns många sätt att påverka trygghet genom att påverka vegetationen. Att gallra bort grenar i synhöjd, hålla öppen vid gångvägar genom gallring för att öka överblickbarheten i gångriktingen, klippta gräsmattor, beskärda träd, borttagna döda grenar visar att området är omskött och att det finns en mänsklig närvaro i området (Kaplan et al 1998). I ett projekt i Lund där två naturliga område röjdes, efter en framtagen modell för att öka trygghetsupplevelsen, lyckades man öka tryggheten genom att bland annat ta bort delar av buskskiktet, tillskapa siktstråk och gallra så att vegetation och belysning samspelade (Gunnarsson, Jansson, Fors & Kristensson 2012).

2.5.4 Belysning

Belysning påverkar överblickbarheten och möjlighet till naturlig övervakning (social kontroll) i ett område och därmed den upplevda tryggheten där. Genom en genomtänkt belysning kan man också välja att sätta fokus på vissa scener i landskapet och på så sätt välja vilka intryck av område som ska förstärkas (Nikunen, Puolakka, Rantakallio, Korpela & Halonen 2014). Belysning kan också ändra vår upplevelse av miljön. Med en genomtänkt belysning går det att göra en miljö mer rekreativ. En finsk undersökning visar att den naturliga miljön har högre poäng för rekreation än den urbana miljön både i dagsljus och mörker och att belysning av naturliga inslag som träd och buskar i den miljön ökar den återhämtande, rekreativa upplevelsen av miljön. Författarna visade att belysningen kan öka den urbana miljöns restorativa verkan genom belysning på exempelvis träd (Nikunen & Korpela 2012).

En annan studie visar hur olika slags belysning på gångvägar i grönområden påverkar rekreation och trygghet. ”The results of the present study suggest that lighting attributes related to general pleasantness of the lighting environment and safety seem to have the most consistent relationships with the components of the perceived restorativeness” (Nikunen et al, 2014, s 320). Ljusstyrkan påverkade upplevelsen av trygghet och rekreation olika, där högre ljusstyrka minskade känslan av den hälsofrämjande aspekten mystik, men ökade tryggheten. Undersökningen visade också att människor kunde acceptera lägre ljusstyrka (och ställde högre krav på trivseln) om miljön var välbekant (Nikunen et al, 2014).

3. Metod

Det här arbetet har genomförts främst som en fallstudie av ett grönt stråk i Ljungby stad vilket har studerats kvalitativt genom observation, kartering samt olika former av intervjuer: halvstrukturerade kortintervjuer, intervjuer med nyckelpersoner och ”trygghetspromenad”. I följande avsnitt redovisas de olika metoderna som använts var för sig.

3.1 Fallstudie

Ansatsen i de här arbetet är att testa olika teorier kring upplevelse av trygghet och hälsofrämjande grön miljö och att göra det i beskrivande form. Att göra en fallstudie är ett sätt att lära sig mer om ett ämne i ett särskilt sammanhang, vilket är det övergripande personliga syftet till detta arbete :
”Context-dependent knowledge and experience are at the very heart of expert activity. Such knowledge and expertise also lie at the center of the case study as a research and teaching method or to put it more generally still, as a method of learning.” (Flyvberg 2006 s 222)

Fallstudien är en detaljerat och ingående studie av ett (eller flera) fall. En fallstudie kan både vara en del av en teorigenerering och en teoriprövning. En fallstudie kan också ha ett longitudinellt inslag, genom exempelvis retrospektiva intervjuer (Bryman 2008). Fallstudien är ofta underskattad utifrån kritiken att generaliserbar kunskap är mer värdefull än annan kunskap och att det inte går att generalisera utifrån en fallbeskrivning. Fallstudien innehåller ofta ett stort inslag och berättande och den sociala vetenskapen misslyckas ofta med generalisera, så genom fallstudien kan man istället göra studien så att den närmar sig komplexiteten i de verkliga livet, för det är inte alltid det optimala att sammanfatta verkligheten (Flyvbjerg 2006).

Några olika metoder har använts för fallstudien då målsättningen med arbetet har varit att samla in ett så brett empiriskt material som möjligt för att kunna få en flerdimensionell bild av området, områdets hälsofrämjande kvaliteter, vilka hälsofrämjande aktiviteter som utförs där och hur tryggheten upplevs. Nästa steg har varit att sätta resultatet i relation till teorier från miljöpsykologin och forskning som handlar om trygghet i utomhusmiljö. För att få bred information, både om området och om individers upplevelse av området, valde jag metodtriangulering. ”Om det är möjligt så är triangulering bra att använda, men det kräver att de som gör undersökningen på detta sätt måste använda en hel repertoar av färdigheter i att använda kvalitativa metoder.” (Patton, 1987, s 61) Å andra sidan, kan triangulering, som i detta sammanhang balansera eventuella brister i

undersökningsmetodik, genom att varje metod inte får samma genomslag för helheten som vid användning av bara en teknik.

3.2 Området, Årummet

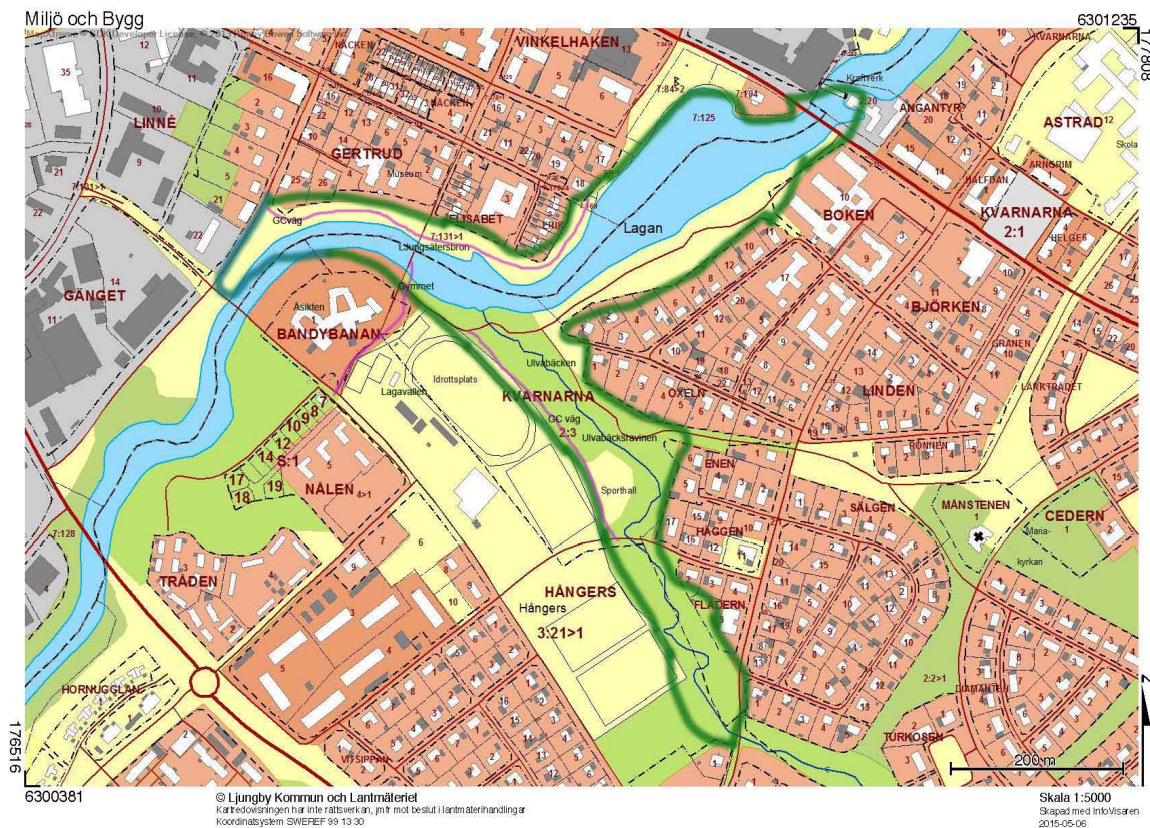


Bild 1: Årummet, Ljungby kommun, Lantmäteriet, Fallstudieområde innanför grön markering. Cykelvägarna i rosa är tillagda

Området Årummet (Bild 1) är valt eftersom det är ett välbesökt rekreationsområde som ligger centralt och lättåtkomligt för många Ljungbybor. Ett seniorboende och ett stort äldreboende samt flera andra institutioner ligger i direkt anslutning till området. Här går "Hälsans stig", en plats både för motion och rekreation. Tillsammans med Kronoskogen som är en tallskog med motionsslingor är detta området troligen det viktigaste området för Ljungbyborna när det gäller stadsnära rekreation. Området har inget officiellt namn. I folkmun definieras området utifrån broarna (som dessutom har olika namn i folkmun och på kartan) samt genom byggnader och idrottsplan. Jag kommer i det här arbetet att kalla området för Årummet. Årummet används inte som begrepp i grönplanen, men däremot i belysningsplanen.

I Grönstrukturplanen för Ljungby stad (2000) fastslås att "Ljungby stad har mycket parkmark per

invånare och mycket god tillgång till allemansrättslig mark utanför tätorten”, samt att ”Lagans sträckning genom staden är Ljungbys allra största kvalitet”. Där beskrivs området så här: ”Lagavallen har tillsynes gott om parkmark, men en mycket stor del av ytorna kräver stövlar och vandringskäpp, när man besöker dem.” Det påtalas behov av sittplatser, en sammanhängande gångväg längs Lagan, mer intensiv skötsel och kanske perennplanteringar. Man påtalar också att parken är viktig för skolor/förskolor, vårdboenden och kringliggande stadsdelar, så det är tveksamt om mer mark ska tas i anspråk för andra ändamål (Ljungby kommun 2000).

I kommunens belyningsplan beskrivs området som ett tacksamt objekt för att lyfta fram den lummiga växtligheten (Ljungby kommun 2003). Tillgängligheten runt ån betonas i centrumplanen. Där föreslås att det görs ett stråk som binder ihop gångvägarna runt ån och att området fylls med liv och aktiviteter, för att höja områdets attraktionskraft samtidigt som man tar hänsyn till områdets biologiska värden (Ljungby kommun 2009).

Sedan grönsplan och belyningsplan tagits fram har stora ändringar skett i området. Ett stort seniorboende har byggts på vad som tidigare var en ödlig grusplan. Det har byggts bostadsrätter runt om området. Flera bänkar har satts upp och skötselnivån har höjts. År 2012 fick kommunen projektmedel från Boverket för att genomföra belyningsåtgärder för att främja jämställdhet. Det ledde till att Ljungsätersbron samt två träddungar i området belystes. Vad som fortfarande saknas och som finns som förslag i centrumplanen är att binda ihop gångvägarna runt ån (Ljungby kommun 2009), samt att anlägga perennplanteringar i området (Ljungby kommun 2000).

Området som undersöks är begränsat till området mellan Industribron och Elverksbron. Därtill kommer de gångvägar som går vid Ulvabäcken, då de bildar en sammanhängande enhet med vägarna kring ån och detta område. Gångvägarna är en promenadsträcka på cirka 1,7 kilometer. Området är ett delvis naturligt område som omger ån Lagan i centrala Ljungby. Området är avgränsat av den omgivande bebyggelsen och idrottsplatserna.

3.3 Observation

För att kunna få en uppfattning om hur området används och vilka hälsofrämjande kvaliteter som finns i området samt vilka områden som kan upplevas otrygga utifrån de redovisade teorierna har jag gjort observationer på området. Metoden observation innebär att man studerar andra människor och deras beteende i en given inramning. Fördelen med observation framför andra tekniker är att man kan få förstahands-information om hur människor beter sig i ett naturligt sammanhang (Bell, Greene, Fisher & Baum 2001 s 16).

Observation kan göras på olika sätt, från att göra en mer informell studie av en plats till att göra en kodad strukturell observation (Bell et al 2001). Den metod som använts här, har varit åt det informella hållet, men strukturell på det sättet att utgångspunkterna varit tydliga – de hälsofrämjande faktorerna i grönområdet enligt utvald litteratur och besökarna i områdets upplevda trygghet.

Vid åtta tillfällen i februari och mars månad har området observerats genom promenader i området på gångstigar och i de mer otillgängliga delarna. Jag har satt mig på olika bänkar, studerat vyer, olika detaljer i grönområdet och studerat vad människor gör och hur de rör sig i området. Observationerna har skett vid olika tider och i olika väderförhållanden. I första hand så är det själva platsen, men också människors beteende på platsen som har observerats utifrån de teorier som är presenterade. Vid observationstillfällen har jag noterat *preferenser* utifrån Kaplan et al (1998). Jag har valt de som har betydelse för en hälsofrämjande och trygg miljö: *Sammanhållande områden, Mjukt underlag, Mystik, Känsla av djup och Öppningar*.

3.4 Kartering

Dimensionerna i landskapet (Grahn & Stigsdotter 2010) är uttolkade och jag har gjort en slags kartering av *dimensionerna*, för att ha en utgångspunkt att jämföra och analysera resultatet utifrån.

Karteringen har utgått från Grahn & Stigsdotters (2010) beskrivna *dimensioner*:

Natur: Området har en naturkvalitet och känns orört av människan, där finns fritt växande, oklippt gräs, det känns säkert, man behöver inte komma i kontakt med så mycket människor på denna plats och här finns sluttningar.

Kultur: Här finns fontäner, här finns statyer, exotiska, ornamentalska plantor eller köksträdgårsplantor, området har karaktär av park, här finns dammar, kanaler mm, blomsterrabatter.

Öppning: Plana ytor med väl klippta gräsmattor, ställen att slå sig ned på, klippta gräsmattor, fotbollsplaner på gräs, upplysta bollplaner, små asfaltsbollplaner, och omklädningsrum.

Social: Möjlighet att se nöjen, som konserter och utställningar. Restauranger, marknads- eller kioskhandel, mycket människor rör sig på platsen. Det finns gångvägar och stigar av grus, parkdjur, generellt god belysning, tillgång till vilorum, vindskydd, soliga och skuggiga platser, gott om sittplatser, området ska kännas säkert.

Rymd: Området upplevs som fritt och rymligt, man kan hitta platser som inte har vägar eller stigar, mycket träd, flera personer kan samlas, vindskyddade platser, soliga och skuggiga platser.

Artrik: Här finns flera olika sorters däggdjur, fåglar och insekter. Växtligheten och djurarterna är naturligt förekommande.

Refug/skydd: Många buskar, djur som går att mata, sandlådor, lekparksutrustning, möjligt att se människor leka och sporta. Det känns tryggt att vara på platsen och där finns bord och bänkar.

Rofylld: Ytorna är tysta och lugna, inga cyklar, man behöver inte komma i kontakt med för många människor, många människor rör sig här, går att se andra människor leka, sporta och vara aktiva, välskött, inget oljud från trafiken, det känns tryggt (Grahn & Stigsdotter 2010).

Grahn och Stigsdotters (2010) modell för att undersöka den urbana grönskan är en modell där olika variabler av olika dimensionerna har viktats för att bestämma områdets dimension. Jag har karterat området utifrån variablerna men inte gjort någon viktning. Jag har gjort kvalitativ beskrivning av min tolkning av *dimensionerna*.

3.5 Kortintervjuer

För att få en uppfattning om hur besökarna i området upplever området och vilka aktiviteter de gör i parken har korta intervjuer genomförts. Det har också varit en möjlighet att få en uppfattning om hur området upplevs över tid. Intervjuerna har varit semistrukturerade. I en semistrukturerad intervju följer intervjuaren en viss struktur, ofta med ett fåtal öppna frågor eller teman (Alvehus 2013). De öppna frågorna som användes var: Hur ofta vistas du/ni i området? Vad gör du/ni i området? Finns det någon plats du/ni föredrar att stanna upp vid? Finns det någon otrygg plats. Därutöver gavs det utrymme för följdfrågor. Intervjupersonernas ålder och kön noterades också.

Intervjuerna utfördes vid fem olika tillfällen, mellan den 22 februari och den 9 mars. Arton intervjuer genomfördes med totalt 22 personer, 7 män och 15 kvinnor. 14 av dem bodde i anslutning till området. Åtta av intervjupersonerna var 19-30 år, två var 30-50 år, sex var 60-70 år och sex var 70-80 år. Urvalet av informanter gjordes genom att personer som vistades i området hejdades i sin aktivitet och tillfrågades om de kunde medverka i en kort intervju. De fick en kort skriftlig presentation av intervjuaren och undersökningen. När en intervju var klar stoppades nästa person/ personer som jag mötte. Tre personer ville inte vara med, två av dem för att de inte förstod språket och den tredje visade att hon hade problem med hörseln. Cyklister samt de som gick i grupp fler än två tillfrågades inte om att vara med. Jag valde att inte göra intervjuer i mörker för att undvika att skrämman människor. Anteckningar gjordes dels sammanfattande direkt vid intervjuerna men också med citat. Varje kortintervju renskrevs för sig och sammanställdes sedan uppdelade i teman.

3.6 Trygghetspromenad

Trygghetspromenader är en metod som tagits fram för att studera trygghet i ett område, av Jansson et al (2012). Trygghetspromenaden är en strukturerad vandring i en på förhand bestämd rutt i miljön

som ska undersökas. Till skillnad från trygghetsvandringar som är en del i en process i ett praktiskt förändringsarbete och gåturer som är inventerande och praktikorienterade, är trygghetspromenader en metod som kan användas som forskningsmetod (Jansson et al 2012).

Det som här rubriceras som trygghetspromenad är en förenklad variant av metoden och med flera undantag från den beskrivna ursprungsformen. Eftersom syftet är att använda metoden som forskningsmetod så är det ändå den metod som ligger närmast det undersökningssätt som jag har använt i denna fallstudie.

Urvalet av informanter bestod av tre kvinnor. Anledningen till att kvinnor valdes är att de generellt sett är mer otrygga i utemiljöer (BRÅ 2014) och det är trygghetsfrågan som är fokus vid en trygghetspromenad och i detta arbete. Det andra kriteriet för urvalet var att kvinnorna skulle bo omkring området och vara väl bekanta med det, vilket gav möjlighet till longitudinell information. Vid denna begränsade studie var det bara praktiskt möjligt att göra ett bekvämlighetsurval. En person i bekantskapskretsen som vistas ofta i området tillfrågades och hon tipsade om en annan person som i sin tur visste en tredje person som kunde vara med. Kvinnorna är 40-50 år och de bor 0-75 meter från området. En av kvinnorna promenerar i området varje dag, en cirka fyra dagar per vecka under vintertid och i stort sett varje dag på sommaren och den tredje kvinnan vistas i området cirka tre dagar per vecka.

Tillvägagångssättet var att vi träffades vid området när det blivit mörkt (9 mars). Informanterna fick instruktioner om syftet med undersökningen, att det var deras personliga upplevelser av och berättelser om trygghet i området som jag ville ta del av, att de skulle tänka som de gör om de skulle ha gått ensamma och att de skulle använda sina erfarenheter och berätta vad de tänkte och reflekterade över vid promenaden. Frågorna var om det fanns otrygga platser och vad på platserna som gör dem otrygga. Vi gick på de flesta av gångvägarna och samtliga gångvägar i området kommenterades. Min roll som intervjuare var att ställa följdfrågor, ge klargörande kommentarer och göra summeringar. Vid intervjun fanns också möjlighet att ställa lite provocerande och mer djupgående frågor. De tre informanterna diskuterade också sinsemellan om sina upplevelser av området.

Anteckningar fördes under tiden vid trygghetspromenaden, delvis sammanfattande, delvis i citatform. Informationen från trygghetspromenaden har redovisats utifrån faktorerna överblickbarhet, igenkänning, och närvaro av människor. (Kapland et al. 1998 ; Jacobs 1961)

3.7 Intervjuer med nyckelpersoner

En nyckelperson är en person med särskilda kunskaper eller erfarenheter inom det område som undersöks (Patton 1987). Här är kommunens stadsarkitekt, parkchef och folkhälsosamordnare /friskvårdskonsulent, valda utifrån sina olika yrkesroller.

Intervjuerna genomfördes under en promenad på alla gångvägar i området. Målsättningarna för intervjuerna har varit samma som själva målet för undersökningen, men jag har sökt andra infallsvinklar som hur man kan se på området utifrån sin profession, än de jag kunde få av förbipasserande eller vid trygghetspromenaden. Fyra intervjuer med fyra nyckelpersoner har genomförts. Två intervjuer genomfördes med Lennart Dahlberg, stadsarkitekt i Ljungby kommun. En promenadintervju i dagsljus och en i mörker. Ljungby kommuns folkhälsosamordnare Jennie Ronefors, och Ljungby kommuns parkchef, Sylve Wiik intervjuades tillsammans under promenad dagtid. (Planen var att gå med alla tre en gång på dagen och en gång på kvällen, nu blev det bara tidsmässigt möjligt att göra detta med stadsarkitekten.)

Ytterligare en intervju har genomförts med museichef Pontus Ljungberg på det Ljungbergsmuseet som ligger vid ån. Han är en nyckelperson av två orsaker. Han har bott i Årummet som barn och är nu engagerad i utformningen av aktiviteter i området. Denna intervju genomfördes på museet.

3.8 Analys

Resultatet från observationerna, karteringen, kortintervjuerna, intervjuerna med nyckelpersoner samt trygghetsvandringen har sammanställts var för sig och sedan är det material som varit relevant använt för att göra en beskrivning för varje frågeställning.

4. Resultat

I resultatdelen redovisas först karteringen av området som ett underlag för vidare resultatredovisning och som en bild över vilka hälsofrämjande dimensioner som finns i fallstudiens område, Årummet. Sedan redovisas vilken funktion området har för de som vistas där utifrån en hälsofrämjande aspekt. Tryggheten i området redovisas utifrån preferenser (Kapland et al 1998) och sedan utifrån de olika undersökningsmetoderna. Vidare jämförs upplevelsen av trygghet utifrån de olika dimensionerna (Grahm & Stigsdotter 2010) och till sist redovisas resultatet på frågan - hur väl kombineras hälsofrämjande grön miljö och trygghet i området?

4.1 Årummets hälsofrämjande aspekter

Området delades upp och karterades i tre huvudområden, Rymd, Natur och Refug/ Skydd (Grahm & Stigsdotter 2010)

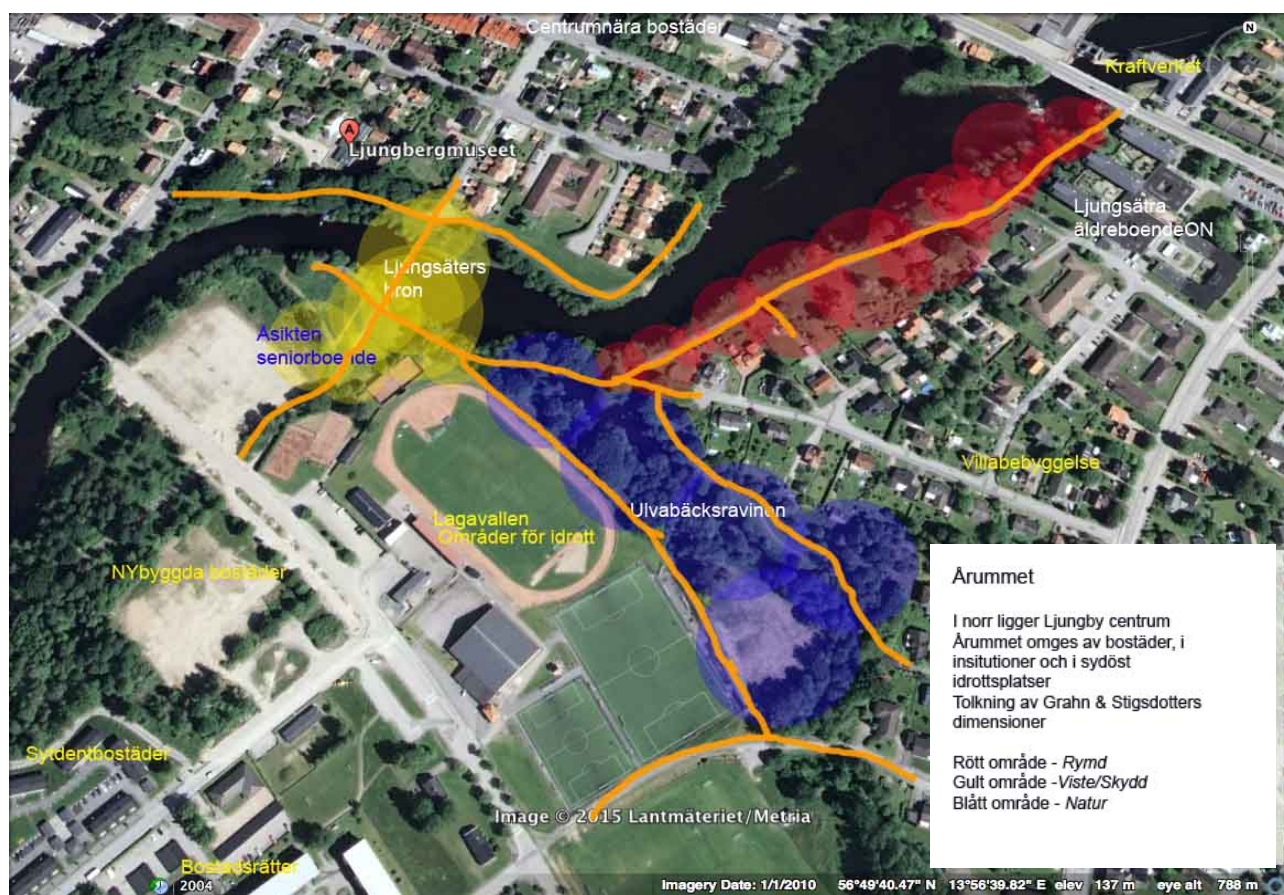


Bild 2; Flygfoto med karaktärerna inritade

4.1.1 Rött område *Rymd* – mellan kraftverket och Ulvabäcksravinen

Området från Lagavallen mot energiverket tolkar jag som *Rymd* (*bild 3*) i alla fall i aspekten att området upplevs som fritt och rymligt, ån ger känslan av rymd, det är breda gräsplaner bredvid gångstigen, det finns också många träd vid åkanten och det finns platser där flera personer kan samlas och det finns soliga och skuggiga platser. Den stora öppningen mot vattnet tar bort känslan av att vara mitt i en stad. Ån är mäktig och rör sig kraftfullt från kraftverket. Vattnet var det som de flesta informanterna tog upp som områdets höjdpunkt: ”vatten är alltid fint”, ”trevligt att promenera nära floden, speciellt vid vår”, ”vackert överallt runt ån, det är det här med vattnet, det porlar och har sig” (kortintervjuer). Området har också karaktär av *Öppning* med de välklippta grasmattorna och på sommaren spelas här fotboll på de öppna ytorna (intervju parkchef).



Bild 3: *Rymd*

4.1.2 Blått område *Natur* - Ulvabäcksravinen

Ulvabäcken rinner ut genom ravinen och bildar innan ån en liten naturlig damm. Gång/cykelvägen går över själva utloppet till ån. Bäckens är omgiven av branta backar med träd som bok, al, ek och varierad undervegetation vid observationstillfället var det nyröjt, grenar och stockarna låg kvar på marken. En del av det bortröjda skulle tas bort (intervju parkchef). Det finns inte upptrampade stigar förutom gångvägen. Barn har använt området som lekplats (kortintervju) och flera bokar har initialer och/eller hjärtan inristade. Stockarna på marken lämnas åt insekter och på ett gammalt avbrutet träd finns ett fågelbo på toppen. Området vid Ulvabäcken tolkar jag som det som är mest likt *Natur* av dimensionerna (*bild 4*). Området har en naturkvalitet även om vegetationen är nyröjd. Där finns fritt växande/oklippt gräs, man behöver inte komma i kontakt med så mycket människor på denna plats och det finns sluttningar. Området beskrivs som skog och natur: ”Alla skogsdelarna är fina” (kortintervju), parkchefen säger att ”Det är ett naturområde, inte meningen att man ska gå ned i ravinen (apropå tillgängligheten) här ska det finnas vilt. Fåglar älskar området. Stammar får ligga kvar för insekts- och fågellivet.” Han säger också när vi diskuterar trygghet och röjning att det inte går att göra alla till lags, han försöker gå en medelväg. Det ska vara ett parkområde som man kan vistas i. Parkchefen vill ha mångfald här, att det ska kunna vara en ”skogspark”.



Bild 4 : Natur

4.1.3 Gult område – *Refug/Skydd*, vid seniorboendet Åsikten och Ljungsätersbron

Området kan karakteriseras som *Refug/Skydd* (bild 5), med det väl använda gymmet, bron där människor stannar nära museet och där änder matas vid strandkanten och där gångvägar möts. Det är en mötesplats i det gröna stråket. Här är det ”jämt folk och tränar” (kortintervju).

Folkhälsosamordnaren beskriver området med orden ”Här får man ihop delarna, man kommer närmare centrum och att här är det en trevlig miljö. Utegymmet som används mycket och att man sen kan promenera vidare efter träningen”. Hon säger också att det är bra med lekparken vid Åsikten, ”man hälsar på gammelfarmor och så kan det bli en festlig utflykt för barnen också. Det lockar alla till utevistelse.”



Bild 5: *Refug/ skydd*

4.1.4 Artrikedom, Rofylld och Kultur

I Årummet finns även andra dimensioner representerade. Strandkanterna mot ån, med fåglar och vild växtlighet som röjs mer sällan, har dimensionen *Artrikedom*. Fågellivet har också betydelse, museichefen berättade att det finns storskrake och mycket fågelliv, parkchefen sa att ”fåglar älskar området” och att man lät stammar ligga kvar efter röjning för att gynna fågellivet. För de som

arbetade med funktionsnedsatta var fågellivet något som gav ytterligare ett samtalsämne, den man som satt på en bänk när han intervjuades satt där och tittade på fåglar, han beskrev att där fanns gräsänder, knipor, gröngöling och hackspett, mannen visste var fåglarna hörde hemma och vilka träd de var i. Runt hela området är det uppsatt fågelholkar, uppskattningsvis över hundra stycken (intervjuer med nyckelpersoner och kortintervjuer).

Det finns flera platser som har dimensionen *Rofylld*. På vissa ställen kan man gå ned vid vattnet och vara för sig själv en bit från gång och cykelvägar och ändå vara nära andra människor utan att de stör. ”Finast är bänken på kullen mot bäcken, läget är fint, man kan kolla ned och ser även fotbollsplanen, kan sitta här och slappna av” (kortintervju). En informant beskrev att hon brukar sätta sig på ”spikbänken” (en av bänkarna som också är ett konstverk), ”Här är det en skuggdal under träden på sommaren, jag sitter och tänker att åh, vad fint det är där jag bor” (kortintervju). *Kultur*: Dimensionen finns i Årummet men inte på en samlad plats. Flera av bänkarna är konstverk skapade av lokala konstnärer.¹ Det finns två betongkonstverk utmed ån och Ljungbergs Ågubbe vid Ljungsätersbron. Det finns informationstavlor med bilder från svunna tider och kraftverket i sig är som ett monument över åns historia. Det saknas, utifrån beskrivning av dimensionen, perennplanteringar, förutom vårblommor från lökar i gräsmattorna.

Två av de tolkade dimensionerna, *Natur* och *Rymd* är korrelerade till stress (Grahns & Stigsdotter 2010) och kan därför ha en särskild betydelse när det gäller hälsofrämjande miljö.

4.2 Områdets funktion för de som vistas där med fokus på hälsofrämjande aktiviteter

Vid observation av området är det tydligt att här är ett ställe där människor, gamla och unga, är i rörelse. Det kommer hela tiden en eller flera personer gående eller på cykel. Utegymmet används flitigt och människor lämnar gångvägarna för att gå ned mot vattnet och exempelvis titta på ankorna. Eftersom observationerna har skett när det är kallt ute har bara människor i rörelse observerats, förutom några som har suttit på bänkar, men kortintervjuerna ger mer svar på vilka aktiviteter som görs i området. Av de 22 personerna som intervjuades i kortintervjun var det en som inte promenerade i området (den personens bostad gränsade till området). Hans skäl till att inte gå i området var att det inte gick att gå en runda.

Tre personer vistades här mer sällan, från fem gånger per år till tio gånger per år. De andra var här från en gång i veckan till dagligen flera gånger per dag. Att promenera, cykla, sitta på bänkarna,

¹ När jag var tillbaka för att fotografera området i maj hade de nästan alla bänkar som var dekorerade eller utformade av konstverk bytts ut till bänkar i standardutförande.

mata änder, gå tipspromenad (som arrangeras varje söndag) var aktiviteter som informanterna gjorde i området. Några gick bara här med sällskap med andra men de flesta rörde sig i området på egen hand. Några använde området för att ta sig in till centrum/busstationen, men de flesta rörde sig i området eftersom de tyckte om att gå och vara här (kortintervjuer).

En man angav hälsan som huvudskäl för att vistas i området. Han gick för att han hade högt kolesterolvärde och han kände att han blev starkare av promenaderna och tyckte det var den överlägset bästa aktiviteten jämfört med de många andra fysiska aktiviteter han ägnade sig åt: ”det sätter mer ben i kroppen än allt annat arbete gör” (kortintervju). I området finns olika slags boenden, äldreboende men också boende för funktionshindrade. Två informanter som arbetade som omsorgspersonal och som var ute och gick tillsammans två omsorgstagare vid intervjutillfället, sa att var det viktigt med ”sinnesintryck”, de beskrev att det var bra för de vårdtagarna. De berättade att naturen, vattnet och vinden var bra för de som arbetar i boendena och för vårdtagarna. Området var också attraktivt för dem då här inte är någon trafik. Det är lugnt, men här händer också saker, man möter grupper från andra boenden, andra människor och hundar. Här finns något att tala om ”titta där är en fågel” (kortintervju). Ovanstående informanter hade ett tydligt hälsoperspektiv när de talade om området.

Två informanter talade om lek, den ena var en 19-årig kvinna som brukade leka här med sin lillebror. Ibland lekte hon med sin lillebror vid Ulvabäcken. ”Vi leker fantasilekar, hitta och gömma, nu har de huggit ned skogen, så det blir ingen bra lek” Hon berättade också att hon från sin bostad kunde se området som hon kallade ”skogen” (som nu gallrats ut) och att många barn lekt koja där, men att hon nu inte sett barn leka där på ett tag (kortintervju).

Den andra informanten som talade om lek var en kvinna som gick vid åstranden med sitt barn i 2-3-årsåldern. Hon berättade att hon gick vid åstranden nedanför Ljungbergsmuseet varje dag och matade fåglarna och barnet lekte med pinnar och vatten. En annan person sa om gymmet (bild): ”Kommunens bästa investering för ungdomar är konstgräsplanen (som ligger angränsande till området – egen kommentar) och kommunens bästa investering för äldre är träningsparken, det är jämt folk där och tränar och om det är fint ute sätter sig folk och fikar på bänken bredvid” (kortintervju).

4.3 Trygghet

4.3.1 Områdets hälsofrämjande och trygga faktorer utifrån *Preferences* för trygghet

Utifrån Kaplans (1998) teorier om preferenser för restaurativ och trygg miljö så uppfattar jag att de preferenserna finns i Årummet.

Sammanhängande områden: Området är sammanhängande genom sin sträckning runt Lagan. Här finns tydligt skyltade gång och cykelvägar, Här finns även skyltar med ”Hälsans stig”, området kan delas in i olika rum utifrån ån och bäcken.

Det kan också vara svårt att se var villatomterna slutar och grön-området börjar på vissa ställen.

Mjukt underlag: Det finns ett mjukt underlag jämte gångvägarna i hela området. I området från Ulvabäcken till Kraftverket har parkförvaltningen under tio år röjt och gräsmattan klipps varje vecka på sommaren, (intervju parkchef). Här finns ett stort sammanhängande område med ett mjukt och tillgängligt underlag.

Mystik: Här kan man uppleva mystik, grönyttorna i Årummet är omväxlande, här finns skogslika partier vid Ulvabäcken, området är mer slutet här och där man gå in och vandra ensam i ravinen och det finns möjlighet att gå ned till åkanten. Vad som begränsar känslan av mystik är att man ser bebyggelsen som omger området var man är befinner sig i Årummet. Att vegetationen är nyröjd förtar lite av känslan av mystik i naturområdena. ”Innan var här jättefint, det var lummigt, nu har de sågat ned – det var inte lika stelt innan” (kortintervju).

En känsla av djup: Ån Lagan och Ulvabäcken ger området nivåskillnader. En informant berörde just detta som områdets styrka ”Vad som är bra med området är förhöjningarna, de ser man mer, hade det varit helt plant hade det varit en annan känsla” (kortintervju).

Öppningar: Vid gång och cykelvägen är det bänkar som går in en bit från stigen och det blir som små skogsläntor. Man kan också gå ned till strandkanten på flera ställen och på så sätt hitta egna platser att vara på.

4.3.2 Trygg i området – intervjuer

I kortintervjuerna sa de sju intervjuade männen att de var trygga i området. Sju av kvinnorna sa också att de var trygga i Årummet, men de sa samtidigt att de inte vistades här kvällstid. Tre kvinnor pekade ut otrygga platser. Det var ”slingan efter hamburgaren” alltså Ulvabäcksravinen,

vid kulstöttningsbanan och vid häcken och staketet mot idrottsplatsen, Lagavallen (när det inte var upplyst på bollplanerna).

En kvinna undvek dagtid bänken nedanför Ljungbergsmuseet, ”när alkisarna sitter där”. En annan kvinna upplevde otrygghet på ett ställe på grund av en öppning i staketet mot ån (där det var en brant slänt mot åstranden) för att hon var rädd för att man kunde trilla ned där (bild 4).

De flesta tyckte att området var tryggt, flera sa att det är bra belysning och några tog upp att området blivit bättre sedan det blivit röjt. Också närvaron av människor nämndes, ”det är trivsamt stämning mellan människor”. En ung kvinna sa att man ”vet vem de flesta är” som rör sig i området. Flera informanter var nöjda med skötseln i området, bara några hade synpunkter på skötseln, och då handlade det om skräp och att kommunen inte rensat upp efter röjning. Ingen person kopplade skötseln till frågan om trygghet.

4.3.3 Nyckelpersonernas tankar om trygghet

Lennart Dahlberg, stadsarkitekt:

Stadsarkitekten beskriver Ulvabäcken som ett mer otryggt område, hans tolkning av vad som gör området mer otryggt är att det saknas ”flyktvägar”. Ulvabäcksravinen skulle ”behöva fler ljuspunkter, det är för mörkt, annars är det bra.” Man skulle kunna göra mer trädbelysningar anser han. Men Dahlberg tror inte att ”vi kan få bukt med alla människors rädsla, hur man än gör, om man är rädd för överfall kan man ibland inte bygga bort det”.

Sylve Wiik, parkchef:

Parkchefen tar upp närvaron av människor nedanför Ljungbergsmuseet, ”det är fler människor här och desto fler människor på platsen desto tryggare känner sig människor”.

Om Ulvabäcksravinen och att människor känner sig otrygga här säger parkchefen att det är svårt att göra alla till lags, han beskriver att det finns krav på röjning och krav på att det ska vara natur och hur svårt det är att göra alla nöjda. Han beskriver också att just i detta område ska det få vara ett naturområde. Området röjs var femte år och mellan det växer det upp mycket. Parkchefen berättar att det är mycket nedskräpning i parken och att man städar i området varje vecka.

Pontus Ljungberg, Museichef: Den ende som tar upp ån som något som kan vara potentiellt farligt, (men det är när han talar om 1950- och -60 tal) är Museichefen, han berättar hur hans farmoder varnade ”gå inte till åen”, hans far Sven Ljungberg har gjort en skulptur av Ågubben som de äldre varnade barnen för. Ljungberg berättar att ån var en farlig plats, djup och ström och på ett annat ställe drunknade en pojke i Ljungbergs ålder, när de var unga. Men Ljungberg var själv trygg vid

ån, ”vi som bodde närmast ån tyckte det var tryggt vid vattnet”. Förr saknades det belysning vid Industribron och stigen under museet var som vildmark. Det fanns ingenting annat att vara rädd för.

4.3.4 Trygghet - information från trygghetspromenaden

Inledningsvis sa de tre kvinnorna att ingen av dem gick i området på kvällarna och skälen var bland annat ”ingen hör om jag skriker” och ”finns många gömställen”. Under promenaden blev beskrivningarna mer detaljerade och differentierade. Här har jag strukturerat intervjuerna under tre büriker, överblickbarhet, igenkänning (Kaplan et al 1998) och närvaro av människor (Jacobs, 1961).

4.3.4.1 Överblickbarhet

Överblickbarhet framhölls som den enskilt viktigaste faktorn i denna trygghetspromenad. När vi gick promenaden fanns det områden som var svårare att överblicka. Gång- och cykelvägen vid Ulvabäcken var det område som upplevdes mest otryggt utifrån överblickbarhet. Båda sidorna runt Ulvabäcken beskrivs som otäcka och vad som gör det är svängda vägar och ”slukhållet”. ”Vägen svänger så man ser inte vem som kommer” påtalades flera gånger (*Bild 6*). Det är inte några direkt slingriga vägar här, men för informanterna räckte det med nivåskillnader eller med kurva på vägen och att sikten inte var mer än ca 30 meter, för att det skulle kännas otryggt. På cykelvägen nedanför museet beskrevs belysningen som dålig och det var det som gjorde att vägen kändes otrygg. När strålkastarna är tända vid fotbollsplanen upplevs området också mycket tryggare då hela området blir svagt upplyst. Kanterna mot bäcken som försvinner nedåt vid Ulvabäcksravinen och de områden där man inte kunde se gjorde att det kändes otryggt. Cykelvägen nedanför Ljungbergsmuseet upplevdes också som otrygg av informanterna från trygghetspromenaden för att belysningen upplevdes ha för dålig kvalitet för att man skulle kunna se vilka som kom gående på gång- och cykelvägen. Informanterna uppgav att de var tryggare på den raka cykelvägen från Ulvabäcksbron mot elverket, de beskrev det så här: ”Här är det fantastiskt fint och tryggt”. ”Här är den enda sträckan där jag går ensam” (en av informanterna, de andra gick inte i området i mörker utan sällskap). Andra faktorer som informanterna beskrev, som ökade deras känsla av trygghet, var att det är klippta gräsmattor på breda områden kring gångvägen, att gång/cykelvägen är rak – så man ser vilka som kommer på vägen och att det finns (omsorgs-)boenden med människor i närheten av gångvägen och att det finns upplysta villor. Informanterna sa att de uppskattade ur trygghetssynpunkt att det är mycket folk i rörelse på denna sträcka.



Bild 6: Man ser inte vem som kommer



Bild 7: Pumpkällaren

4.3.4.2 Igenkänning

Att känna igen sig på platsen och att man kan läsa av platsen och att området är välskött, skapar trygghet (Kaplan 1998). Samtliga informanter var välbekanta med området och ingen tog upp att det fanns behov av ytterligare skyltning. Områdets skötsel kommenterades av flera informanter. Informanterna från trygghetspromenaden kommenterade skötseln av området upprepade gånger, exempelvis ”de röjer men plockar inte undan”, ”bron vid Elsfströmsgatan (över Ulvabäcken) ser nedgången och rufsen ut, den ser ut som om den ska rasa”, ”ser inte staketet längre, har tröttnat, skulle vara ett helt staket”. Det var kommentarer som gavs spontant under promenaden, men de kopplades inte specifikt till otrygghet. På ett ställe var skötseln uttalat av betydelse för känslan av trygghet, det var vid dörren till pumpkällaren, (*Bild 7, ovan*) som benämndes av två av informanterna som det mest otrygga stället på hela rundan. Platsen vid dörren tyckte informanterna gav ett ovärdat intryck och man sa också att det skulle göra skillnad om det var iordninggjort och snyggt där.

4.3.4.3 Närvaro av människor

Trygghet och närvaron av människor visade sig vara ett mynt med två sidor. Det var otryggt på grund av att ”här är det ödsligt och inga människor” och ”ingen hör om jag skriker” sa en informant, men det var lika illa att möta någon: ”Man är rädd när någon kommer och går bakom, när någon går efter så pinnar man på”. En informant sa att man är rädd att möta andra människor, och på frågan om det spelade någon roll om man mötte män eller kvinnor, så gjorde det inte det, medan en annan av personerna sa ”när tankarna går på går man och tänker att här är det bara jag och en massa karlar” vid en diskussion om **vad** man är rädd för. En av de positiva faktorerna på den sträckan som upplevdes som tryggast mot elverket var just att här är det mycket folk i rörelse.

4.4 Trygghet utifrån dimensionerna

Här redovisas tryggheten utifrån hur området är uppdelat i dimensioner, resultatet är från samtliga intervjuer och observationer.

Refug/Skydd: Området vid Ljungbergsmuseet, med Ljungsätersbron och vid gymmet vid Åsikten, som tolkas som *Refug/skydd* upplevs delvis som tryggt. Vid bron och gymmet finns är belysningen tillfredställande, det är fler människor som rör sig här, men cykelvägen vid museet upplevdes som otrygg och lite obehaglig av en informanterna från kortintervjuerna dagtid, på grund av att det ofta satt alkoholister på bänken På kvällen upplevde informanterna från trygghetspromenaden att belysningen var för dålig på cykelvägen vid museet.

Rymd: Området som är tolkat som Rymd (och till en del öppning) var det område som upplevdes som tryggast. Klippta gräsmattor på breda områden kring gångvägen, att gång/cykelvägen är rak – så man ser vilka som kommer på vägen –, och att det finns (omsorgs-)boenden med människor i närheten av gångvägen och upplysta villor. Informanterna sa att de uppskattade ur trygghetssynpunkt att det är mycket folk i rörelse på denna sträcka.

Natur: Området är svårt att överblicka på grund av att cykel- och gångvägen svänger, och man ser inte vem som kommer, enligt informanterna från trygghetspromenaden. Vattnet och området kring vattnet där bäcken bildar en damm upplevs som ett ”slukhål” i mörkret. ”Det är finare här nu med mindre sly. Men här finns ändå jättemånga gömställen, ”man kan inte ta skydd här om det händer något, det är instängt”. frånvaron av människor skapade också otrygghet för informanterna: ”ödsligt inga människor”.

Övrigt: Ett annat resultat var att ingen av informanterna betraktade det mest naturliga elementet i området, ån som otrygg att vistas vid: ”den är bara fin”.

4.5 Problem med hälsofrämjande miljö och upplevd trygghet

Området har delats in i tre huvudområden, utifrån Grahn & Stigsdotters (2010) dimensioner. Det område som har fått mest kommentarer och beskrivningar kring otrygghet är området kring Ulvabäcksravinen som här är definierat som *Natur*, (illustration 2 och 4). Svårigheterna att kombinera det hälsofrämjande och trygga i området, utifrån skötsel av området, beskrivs av parkchefen med att det är svårt att göra alla till lags, att det finns krav från de som bor runt om på röjning för att få översikt **och** krav på att det ska vara natur och att det är svårt att göra alla nöjda. I

två av kortintervjuerna kom det fram att informanterna var besvikna på att ”skogen huggits ned” och att ”innan var här jättefint, det var lite lummigt, nu har de sågat ned – det var inte lika stelt innan”. Två andra informanter sa att nu var det tryggare och finare i området när kommunen hade röjt (kortintervjuer). När informanterna från trygghetspromenaden kommenterade samma område tyckte de att det var otryggt på grund av att det är instängt, dålig belysning, att det finns många gömställen, att stället ser ut som ett ”slukhål”. De föredrog, utifrån trygghetsaspekten, området med välskötta och öppna ytor. Informanterna tog också upp att det var positivt att seniorboendet byggts på området och att det hade gjort området mer tryggt (trygghetspromenaden).

5. Diskussion

5.1. Metoddiskussion

När jag började undersökningen ville jag att använda flera metoder för att få så många infallsvinklar som möjligt i fallbeskrivningen. Nackdelen var att det har tagit mycket tid i anspråk. Varje metod gav olika resultat vilket visar att både människors upplevelser kan vara mycket olika och ämen som trygghet och hälsa är komplexa.

För att leta efter hälsofrämjande aspekter dagtid användes observation och kortintervjuer. Vad jag saknade i det samlade resultatet var ett större djup som exempelvis svar på varför människor söker sig till området och vilka känslor de har när de vistas där. Patton (1987) skriver att det kan vara svårare att analysera material vid en triangulering då det blir svårt att få en samlad bild. Patton skriver att det är svårt att få ihop det kvalitativa och kvantitativ resultatet (Patton 1987), här var det bara kvalitativa data, men jag hade trots det svårt att göra en samlad analys utifrån det blandade resultatet.

Vid kortintervjuerna har jag inte intervjuat någon utanför området. Så de som eventuellt inte tycker om området eller känner fså stor otrygghet så att man inte vistas här, är inte representerade i studien. Själva angreppssättet att stoppa människor och be om en intervju leder till att intervjun av etiska problem. Troligen svarar de flesta att de kan bli intervjuade utifrån att de är hjälpsamma och sociala personer. Jag tog hänsyn till att de inte fått tid till att överväga om de vill bli intervjuade och höll intervjuerna på en ganska ytlig nivå. Dessutom var för kallt för längre frågestunder. Eftersom jag i några intervjuer fick helt nya svar/perspektiv på området kan det antas att materialet inte är mättat och att undersökningen hade vunnit på att fler intervjuer genomförts.

Trygghetspromenaden var en fungerande metod för att få fram vilka aspekter som upplevdes som trygga respektive otrygga i miljön som undersöktes. Det hade varit mycket spännande att se vilket resultatet hade blivit om jag gjort trygghetspromenaden med andra grupper, exempelvis män, äldre, funktionsnedsatta eller ungdomar, men det var svårt i detta mindre sammanhang att få ett sådant urval. Mitt urval var ett bekvämlighetsval som ledde till att tre kvinnor i 40-50 -årsåldern med ungefär samma socioekonomiska bakgrund intervjuades.

Det var svårt att göra intervjuerna i grupp och samtidigt gå omkring i området. Det hade varit en fördel att vara två personer i den situationen. Jag förutsätter att informanter i grupp kan påverka varandra och då är det lätt att missa den enskilde individens berättelse. De tre informanterna hade många kommentarer om området och gav mycket information, vilket gav ett gediget underlag till undersökningen, men när jag gick igenom resultatet var det ibland svårt att veta om jag kunde

koppla vissa kommentarer till trygghetsfrågan eller om det bara var spontana kommentarer om själva området.

Att göra en undersökning med förhandsuppfattningar om området och med en arbetsrelation till de som intervjuas har flera nackdelar. Jag har troligen varit mindre objektiv i min uppgift och jag har märkt att jag vid nyckelpersonsintervjuerna glömde/ lät bli att fråga sådant som jag (tycker) att jag vet. Fördelen var att jag vet att det var "rätt" personer som intervjuades och jag har haft möjlighet att genom diskussion utmana intervjupersonerna lite mer i intervjuerna än vad jag annars kunnat göra om de var helt okända och jag inte hade haft förkunskap om området.

5.2 Resultatdiskussion

5.2.1 Natur och trygghet – en problematisk kombination?

Syftet med det här arbetet var att undersöka möjligheter och problem i gröna stråk utifrån aspekten att de ska vara både hälsofrämjande och upplevas som trygga. Studien visar att miljön i området Årummet har de hälsofrämjande dimensionerna som Grahn och Stigsdotter beskriver (2010), de preferenser som Kaplan et al beskriver (1998) och studien visar att människor använder området för hälsofrämjande aktiviteter. I studien har dessa teorier ställts mot teorier om trygghet (som att ett område ska gå att överblicka, vara välskött, inte se vilt ut, ha närvaro av människor samt att man ska kunna röra sig i området utan hinder (Kaplan et al 1998). Där belysningen är genomtänkt (Nikkunen & Korpela 2012, 2014) och växtligheten är välskött och utformad utifrån kunskap om trygghet, Jansson et al (2012).) I jämförelsen går det att se motsättningar i vad som beskrivs som hälsofrämjande miljö och det som beskrivs som en miljö som upplevs som trygg och motsättningarna blir tydliga i delar av fallstudieområdet.

Trygghetspromenaden, som var den metod som gav mest information om otrygghet i denna undersökning, resultatet visade att det område som upplevdes som mest otryggt var området som har definierats som dimensionen *Natur*. Natur är en av de dimensionerna som har restorativ verkan (Grahn & Stigsdotter 2010). Det innebär i sin tur att tillgängligheten till delar av området, särskilt under dygnets mörka timmar, är begränsat för de besökare som undviker området av skälet att det är otryggt. En grupp som i högre grad begränsar sin rörlighet i områden de uppfattar som otrygga är kvinnor (Andersson 2005). Vid trygghetspromenaden visade det sig att de tre informanterna undvek Årummet i mörker, trots att de ofta vistades här dagtid och bodde nära området.

Det går dock att ifrågasätta om det egentligen är viktigt att området som definieras som *Natur* ska

trygghetsanpassas även för de mörka timmarna på dygnet? Kan man tillgodogöra sig det särskilt hälsofrämjande för denna karaktär i mörker? Det mest förekommande är nog att människor söker sig ut i naturområden för rekreation under dygnets ljusa timmar, då naturupplevelsen i en lampasken är något begränsad. Däremot, om man söker sig ut för motion och rörelse eller om man för att kunna ta sig till aktiviteter till fots eller cykel, är det begränsande om man är otrygg i den miljö där man rör sig. Detta blir särskilt problematiskt under vinterhalvåret då många människor på grund av arbetstider inte har möjlighet att vara ute annat än i mörker.

5.2.2 Närvaro av andra människor, tryggt eller otryggt?

De faktorer som tydligast var kopplade till trygghet i resultatet var möjlighet till överblickbarhet och närvaro av människor. Budskapet från Jacobs (1975) är att närvaron av människor avgör om en park är attraktiv och besöks. Hon menar därför att parkerna bör göras attraktiva för att locka fler besökare. Jacobs teorier bygger dock på hur man utformar storstäder. Teorin är inte alltid applicerbar på små orter, där det med det lilla befolkningsunderlaget kan vara svårare att befolka platser.

Resultatet visar att närvaron av människor inte *bara* är positiv utifrån trygghetsaspekten. Några informanter uppfattade att ”alkoholisterna på bänken” skapade otrygghet, och att människor som rör sig i området och som inte kan uppfattas på grund av skymd sikt, kunde skapa otrygghet istället för trygghet. Närvaron av människor kan betraktas utifrån Sandstigs (2010) teori om upplevelser av otrygghet: ”Upplevelser av otrygghet skulle kunna ses i två steg. En första förutsättning, skulle vara att när man är ensam i det offentliga stadsrummet krävs det att det finns andra människor där för att man ska känna sig trygg och säker. En andra förutsättning, om det finns andra människor, är att det är av vikt att någon utövar ett slags social kontroll.” (Sandstig 2010, s.165).

5.2.3 Egna reflektioner kring trygghet i området

Jag har arbetat med brottsförebyggande frågor i Ljungby sedan 1999 och har länge betraktat Årummet som ett av de mest otrygga området i kommunen utifrån lokala trygghetsintervjuundersökningar och samtal med människor. Min uppfattning var då att många kvinnor undvek området i mörker. Att platsen omtalades som otrygg och det ledde till trygghetsvandringar med yrkesverksamma utifrån skötsel och belysning. Belysningen har förändrats och parkförvaltningen har röjt upp för ökad sikt, skapat gräsmattor, klippt ned gräset runt gångvägarna, satt dit nya sittplatser och gjort området mer tillgängligt. Vad som gjort stor skillnad för tryggheten i området

är nya flerbostadshus som byggts upp vid området, det stora seniorboendet och gymmet där det ofta är människor och tränar och som är upplyst på kvällen (innan fanns där bara sly och en stor grusplan, och trots att platsen är central fanns det bara olika föreningslokaler runt platsen, som ofta stod tomma kvällstid, så platsen runt Ljungsätersbron saknade naturlig övervakning från kringboende). Nu har de nya bostäderna och det upplysta utegymmet bidragit till ökad mänsklig aktivitet och övervakning i området. Det ser välvårdat ut och det finns mycket mer belysning, både från hus och gym på platsen. Det finns inte planer eller utrymme för mer bostäder, men Ljungbergsmuseet planerar att bygga en restaurang ut mot cykelvägen. Om de planerna realiseras så kan man anta att det också kommer att påverka känslan av trygghet positivt på platsen.

Det förvånade mig att den nedskräpning och skadegörelse (Wilson 1985) som finns på området inte togs upp som ett problem, av informanterna, i samband med trygghetsfrågorna. Det togs upp som ett problem, men mer som en skötsel- och ordningsfråga än som en källa till upplevelse av otrygghet. Jag hade också förväntat mig att själva ån, som på dygnets mörka timmar är mörk och mystisk, skulle framkalla otrygghet. Ån benämndes bara i positiva ordalag av informanterna. Vid trygghetspromenaden frågade jag med en ledande fråga om ån gav känslor av otrygghet, och de tre informanterna var överens om att den inte gjorde det, den var bara vacker. Eftersom aktiviteter vid vatten ger särskilt stora hälsovinster (Barton & Pretty 2010) och vattnet i denna undersökning inte upplevs otryggt skulle man kunna säga att det gör området extra värdefullt när det gäller dess hälsofrämjande värde.

5.2.4 Olika tänkbara utgångspunkter för utveckling av området

En utgångspunkt skulle kunna vara att utveckla denna plats naturlika och rekreativa egenskaper. Man skulle kunna fokusera på egenskaper av mystisk, en artrik och orörd natur som man enkelt kan besöka trots att man befinner sig mitt i staden, och överlåta till de som känner otrygghet här (kvälls- och nattetid) att välja de andra vägar som finns.

En annan utgångspunkt är att ändra i området med huvudfokus på att det ska upplevas tryggt för så många som möjligt, dygnets alla timmar. Eftersom resultatet i denna fallstudie är att det är det öppna landskapet, med raka gångvägar, klippta gräsmattor och god uppsikt med stöd av ljus från omgivande bebyggelse, som är den miljö som föredras ur trygghetssynpunkt, kan man tänka sig att en möjlighet är att omskapa detta område så att det blir öppet och välansat på samma sätt som området med karaktär *Rymd* är idag. Det skulle i så fall bli högre krav på skötsel och svårt att ha

samma artrikedom i området, och området skulle inte på samma sätt som idag kunna erbjuda skilda upplevelser som passar olika individer och skilda rekreativa behov.

Det finns också möjlighet att göra att området upplevs mer tryggt och på så sätt mer hälsofrämjande, samtidigt som man behåller dimensionen *Natur*. Hindret för det kan vara att det inte finns en uttalad målsättning för att området ska ha en naturkaraktär. Kommunen skulle kunna kommunicera med parkbesökarna och kringboende för att öka förståelsen för hur området sköts. Det finns i nuläget två gångvägar runt Ulvabäcken. Det skulle vara möjligt att satsa mer på trygghetsåtgärder på den ena sidan så att det går att välja den vägen när det är mörkt, för den som känner större otrygghet i området. På den andra sidan skulle man då kunna låta naturen breda ut sig, för de som vill bygga kojor eller som vill känna att de är i en skog. Man skulle genom en sådan design kunna skapa olika individuella möjligheter, med olika användningsområden för olika grupper (Jansson et al 2013). Vid röjning kunde man använda omsorgsfulla metoder för att öka genomsikten till exempel genom modellen ”vegetationsstyrning för ökad trygghet” (Gunnarsson et al 2012).

Belysningen skulle kunna anpassas bättre till området och attraktiva träd eller andra objekt skulle på ett varsamt sätt kunna lysas upp för att ändra platsens karaktär i mörker (Nikunen & Korpela 2012 & Nikunen et al 2014). Även om det inte kom fram några belägg i denna undersökning för att nedskräpning eller skadegörelse direkt påverkar tryggheten, är det enligt litteraturen något som har betydelse. (Wilson 1985). Att rensa bort avsågade träd och trädgrenar, även om en del bör bevaras för fåglar och insekter, är ett annat sätt att markera mänsklig närvaro och öka tryggheten (Kaplan et al 1998).

5.3 Frågeställningar i ämnet

Både sociala och individuella faktorer påverkar trygghetsupplevelsen. Men man kan också arbeta med utveckling av den fysiska miljön för att motverka otrygghet utomhus och de negativa konsekvenser som uppstår av otrygghet (Jansson et al 2012).

I denna undersökning har jag kunnat få en uppfattning om vad som gör människor otrygga på platsen. Det hade varit spännande att undersöka människors upplevelse på ett djupare och mer kritiskt sätt. Vad är man rädd för? Vad är individuella faktorer och vilka faktorer handlar om den fysiska miljön? Vad hade behövts mer för den individ som är otrygg på området, räcker det med att miljön ändras, eller behövs helt andra åtgärder som riktar sig mot sociala och individuella faktorer,

för att området ska bli tillgängligt i mörker för fler människor? Går det att kombinera åtgärder i miljön och åtgärder med andra angreppssätt mot otrygghet för att få en bättre effekt på det hälsofrämjande och trygghetsfrämjande arbetet?

6 Slutsats

Årummet är ett grönområde, eller ett grönt stråk i centrala delarna i Ljungby. Det är ett område som många människor har närhet till genom bostad eller arbete. Ur ett folkhälsoperspektiv är det önskvärt att området kan användas optimalt då naturlika miljöer har positiva effekter på människors hälsa och ger möjlighet till rekreation och återhämtning. För att området ska kunna användas av de som vill och behöver har det betydelse att området upplevs som tryggt.

Undersökningen visar att Årummet är ett område som har flera hälsofrämjande kvaliteter och människor gör hälsofrämjande aktiviteter i området. Här kan man både hitta ställen där man avskilt kan betrakta det som händer i området, man kan promenera och cykla på asfaltsgångarna eller vandra ut i vegetationen. Det går att spela boll på stora gräsytor eller sitta på en bänk och lyssna på fågelkvitter. Framförallt så är ån, vattnet uppskattat av besökarna i Årummet. Ån lockar också till aktiviteter, barn som leker med pinnar vid vattnet eller äldre som matar änder. De dimensioner (Grahm & Stigsdotter 2010) som finns här är i huvudsak tolkade som Rymd, Natur och Skydd/Viste.

På dygnets ljusa timmar uppfattades området som tryggt av de som tillfrågades, förutom att någon upplevde obehag av ”alkoholisterna” på bänken vid museet. Flera av de som intervjuades sa att de var trygga här även på kvällen, men inte alla.

Vid undersökningens trygghetspromenad i mörker, kunde flera platser och faktorer som upplevdes otrygga av informanterna identifieras. Den del av området som tolkats som dimensionen Natur upplevdes som mer otrygg än de andra dimensionerna. Det område som upplevdes tryggast var området som är tolkat som Rymd. Hur man kunde överblicka området och närvaro – eller frånvaro av andra människor var faktorer som påverkade tryggheten i hög grad.

Att känna trygghet är i sig bra för hälsan. Undersökningen visar att det finns problem i det gröna stråket Årummet utifrån att områden som kan karakteriseras hälsofrämjande på dagen kan upplevas som otrygga under den mörka delen på dygnet.

Referenser/Källförteckning

- Alvehus, J. (2013). *Skriva uppsats med kvalitativ metod: En handbok*. Liber AB, Stockholm.
- Andersson, B. (2005). Mäns våld blir kvinnors ansvar. I: Friberg, T. (red.) *Speglingar av rum*. Om könskodade platser och sammanhang. Brutus Östlings Bokförlag Symposium Stockholm, Stehag. ss. 69-85.
- Annertedt, M. & Währborg, P. (2011). *Nature-assisted therapy: Systematic review of controlled and observational studies*. Scandinavian Journal of Public Health 2011; 39; 371-388. ss.385.
- Barton, J. & Pretty, J. (2010). *What is the best dose of nature and green exercise for improving mental health? A multi-study analysis*. Environmental Science and Technology 44(10) ss.3947-3955.
- Belanger, J. (2012). *Developing a collaborative faculty-librarian information literacy assessment project*. Library Review, 61(2), ss.68-91.
- Bell P A, Greene TC, Fisher J D, Baum A. (2001). *Environmental Psychology*, Chapter 1, 5. ed, London: Harcourt College.
- Boverket, Brottförebyggande rådet, Rikspolisstyrelsen. (2002). *Bebyggelseinriktade åtgärder mot brott och trygghet*. Brottsförebyggande rådet, Stockholm.
- Boverket. (2010) *Plats för trygghet. Inspiration för stadsutveckling*. Boverkets publikationsservice, Karlskrona.
- Brottsförebyggande rådet. (2015). *Nationella trygghetsundersökningen, 2014, Om utsatthet, otrygghet och förtroende*. Rapport 2015:1, Författare: Anna Frenzel, Lisa Wallin, Thomas Hvitfeldt och Åsa Irlander Strid.
- Bryman, A. (2008) *Samhällsvetenskapliga metoder*. Liber AB. Stockholm.
- Chandola, T (2001). *The fear of crime and area differences in health*. Health & Place 7 (2001) s.105–116, Nuffeld College, Oxford, UK.
- Chong, S., Lobb, E., Khan, R. Abu - Rayya, H. Byun, R. Jalaludin, B. *Neighbourhood safety and area deprivation modify the associations between parkland and psychological distress in Sydney, Australia*. BMC Public Health, May 1, 2013, Vol.13, s.422.
- Doyle, S ; Kelly-Schwartz, A ; Schlossberg, M ; Stockard, J. (2006). Active community environments and health – The relationship of walkable and safe communities to individual health. *Journal Of The American Planning Association*, 2006 Win, Vol.72(1), ss.19-3.
- Flyvbjerg, B. (2006). Five Misunderstandings About Case-Study Research. *Qualitative Inquiry Volume 12* Number 2 April 2006 s. 219-245, Sage Publications.
- Grahn, P., Stigsdotter, UK . (2010) *The relation between perceived sensory dimensions of urban green space and stress restoration*. *Landscape and Urban Planning* 94 ss. 264-275.
- Grahn, P., Stigsdotter, UK. (2003) *Landscape planning and stress*. *Urban Forestry & Urban Greening*, 2003, Vol.2(1), ss.1-18.
- Gunnarsson, A., Jansson, M., Fors, H. & Kristenson, E. (2012). *Vegetationsstyrning ger ökad trygghet*. Landskap, trädgård, jordbruk, Rapport 2012:13, Alnarp 2012.
- Heber, A., Tham, H., Nilsson, B. (2007) *Var rädd om dig! Rädsla för brott enligt forskning, intervju personer och dagspress*. Stockholms universitet, Samhällsvetenskapliga fakulteten, Kriminologiska institutionen.
- Herzog, TR., Kutzli GE. (2002) Preference and perceived danger in field/ forest settings. *Environment and Behavior*. November 2002. vol.34 nr 6 ss.819-835.
- Hägerhäll, C (2005). Naturen i landskapsupplevelsen och landskapsupplevelsens natur. *Svensk miljöpsykologi*. I: Johansson, M. & Küller, M. (red.). *Svensk miljöpsykologi* (s. 209-226). Lund: Studentlitteratur.
- Jacobs J. (1961). *Den amerikanska storstadens liv och förfall*. Random house publishing group, översatt 2004, Bokförlaget Didalos.
- Jansson, M., Fors, H., Kristensen E., Gunnarsson, A. , Lindgren, T. , Wiström, B. Norling, M (2012). *Trygghet i bostadsområdets gröna miljöer, en kunskapssammanställning*. Landsskapssutveckling och Landskapsarkitektur, SLU Alnarp, Fakulteten för Landskapsplanering, trädgård och jordbruksvetenskap.

Jansson, M. Forsa, H. Lindgren, T., Wiström, B. (2013). Perceived personal safety in relation to urban woodland vegetation – A review. *Urban Forstry Urban Greening* 12. ss122 -133. Department of Landscape Architecture, Planning and Management, Swedish University of Agricultural Sciences, P.O.

Johansson, A, Kollberg, S. Bergström, K. (2009) Grönområden för fler – en vägledning för bedömning av närhet och attraktivitet för bättre hälsa. Statens Folkhälsoinstitut FHI, Sollna 2009.

Kaplan R, Kaplan S & Ryan R L.(1998). *With People in Mind, Design and Managment of Everyday Nature*. Washington DC, Island Press.

Korpela, K.M., Ylén, M. (2007). Percived health is asociated with visiting natural places in the vicinity. *Health & Place* 13. ss.138 – 151.

Koskelaa, H. Pain, R. (2000) Revisiting fear and place: women's fear of attack and the built environment. *Geoforum*, May 2000, volume 31, s 269- 280.

Listerborn C (2000) *Tryggare stad – kan man förändra rädslans platser*. Stadsbyggnadskontoret, Göteborg.

Ljungby kommun (2003) Belysningsplan för Ljungby centrum, 23 jan. 2003 § 15.

Ljungby kommun (2009). *Centrumplanen, Fördjupning av översiktsplan för Ljungby centrum, 2009 § 81*.

Ljungby kommun (2000), *Grönstrukturplan för Ljungby stad 2000-10-27*.

Newman, o. (1995). Defensible Space: A New Physical Planning Tool for Urban Revitalization. *Journal of the American Planning Association*, 61:2, ss.149-155.

Nikunen H, Kalevi M.Korpela K M. (2012) The effects of scene contents fokus of light on percieved restortivaness. *Journal of Enviromental Planning and managment*, 55:4, ss.453 – 468.

Nikunen, H ; Puolakka, M ; Rantakallio, A ; Korpela, K ; Halonen, L. (2014). Perceived restorateness and walkway lighting in near-home environments. *Lighting Research & Technology*, 2014, Vol.46(3), ss.308-328.

Patton, M.Q. (1987). How to Use Qualitative Methods in Evaluation, Center of the studys of Evaluation, Univerity of California, Sage puplications, California.

Sandstig, G. (2010). Akademisk avhandling för filosofie doktorsexamen institutionen för journalistik medier och kommunikation, Göteborgs universitet Livréna AB, Göteborg Am J Public Health. 2007 November; 97(11) ss. 2076–2081.

Stafford M., Chandola, T. & Marmot M. (2007) Association beetween fear of crime and mental health and physical functioning. *American Journal of Public Health*. 2007 November; 97(11) ss 2076–2081. I:

Ulrich, R, S. (1084) View through a Window May Influence Recovery from Surgery. *Science, American Association for the Advancement of Science*, New Series, Vol. 224, No. 4647 (Apr. 27, 1984), ss. 420-421

Wilson J Q. (1985). (originalversion skrevs tillsammans med Kelling, GL). *Thinking About Crime*, revised edition, Chapter 5 Broken windows, The police and the neighborhood safety, Vintage Books.

Otryckta källor – Polisens trygghetsmätning 2014 (2014), tillgång till råmaterialet finns bara digitalt, genom inloggning. Om undersökningen: http://extranet1.scandinfo.se/extranet2/PDF-doc/Polisen/Teknisk_rapport_Kronoberg_2014.pdf.

Bild 1:Ljungby kommun, Lantmäteriet (2015) (+ egna tillägg på kartan lagt till namn, gränser och cykelvägar, för förtydligande)

Bild 2: Google Earth (+ egen illustration som resultat)

Övriga foton, Susan de Freitas